



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о.

24.01.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: сад (с 4 до 7 лет)

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность в г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	-----------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	130/4	13,7	12,3	30,9	292,2
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,5	6,7	53,6
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,7	15,6	132,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	16,1	113,3
Итого за прием пищи:		20,6	25,2	69,3	591,5

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0,6	0,1	11,3	48,2
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,3	48,2

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	25	0,7	1,5	2,0	24,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/8	2,5	3,5	16,1	109,9
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	10,0	9,7	7,6	157,8
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	2,9	5,0	13,0	110,4
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,3	0,4	21,2	102
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180/10	0,1	0	9,9	41,2
Итого за прием пищи:		19,5	20,1	69,8	545,4

Полдник

ПРЯНИКИ	33	2	1,6	25,2	123
РЯЖЕНКА	105	3,2	2,6	4,4	56,8
Итого за прием пищи:		5,2	4,2	29,6	179,8

Ужин

КАША "ДРУЖБА"	200/6	5,6	9,0	25,6	205,4
ХЛЕБ "ПШЕНИЧНЫЙ" в/с	39	3	0,2	20	94,2
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,11	0	14,83	59,45
Итого за прием пищи:		8,71	9,2	60,43	359,05
Всего за день:		54,61	58,8	240,43	1723,95

Стоимость 179 руб.



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
24.01.2025

Утверждаю
Заведующий
В. В. Коротких

Категория: первая младшая

Диета: без диет

день 5

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность в г
--------------------	--------------	---------	--------	------------	-----------------------------

Завтрак

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	120/2	13,4	11,5	29,5	278,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	0,8	1,9	5,7	42,5
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,4	6,6	15,5	131,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	15,9	112,3
Итого за прием пищи:		20,2	23,7	66,6	564,3

II Завтрак

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	112	0,6	0,1	11,3	48,3
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	11,3	48,3

Обед

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	25	0,7	1,5	2,3	25,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ, С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	100/5	1,5	2,3	8,9	64,7
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР	60	10,0	10,0	7,5	159,5
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,4	3,8	10,2	86,0
ХЛЕБ ржано-пшеничный	50	3,3	0,4	21,2	102
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150/10	0,1	0	9,9	41,3
Итого за прием пищи:		18,0	18,0	60,0	478,8

Полдник

ПРЯНИКИ	33	2	1,6	25,4	123,9
РЯЖЕНКА	105	3,2	2,6	4,4	56,9
Итого за прием пищи:		5,2	4,2	29,8	180,8

Ужин

КАША "ДРУЖБА"	170/5	5,2	8,0	22,9	185,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,5	0,3	22,8	107,5
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,11	0	15,13	60,95
Итого за прием пищи:		8,81	8,3	60,83	353,45
Всего за день:		52,81	54,3	228,53	1625,65

Стоимость 179 руб